

Murielle Diekmann, Christina Lünenborg, Sabine Bornkessel und Melanie Speck

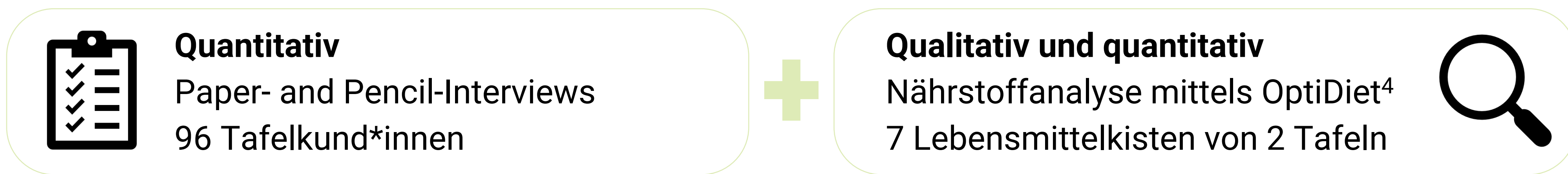
## Hintergrund und Fragestellung

In Deutschland sind ca. 3 Mio. Menschen durch materielle Ernährungsarmut gefährdet<sup>1</sup>. Folgen sind armutsbedingte Fehl- und Mangelernährung sowie Hunger<sup>2</sup>. Die Tafeln in Deutschland haben sich zum Ziel gesetzt, bedürftige Menschen zu unterstützen und Lebensmittelverschwendung zu reduzieren, indem sie überschüssige Lebensmittel sammeln und weitergeben<sup>3</sup>.

Da die Tafeln ein ehrenamtliches und nicht-staatliches Zusatzangebot bieten, leisten sie keine Grundversorgung<sup>3</sup>. Der tatsächliche Beitrag, den die Tafeln zur Versorgung der Menschen beitragen, ist wissenschaftlich noch weitgehend unerforscht. Daraus ergibt sich die Fragestellung, welchen Beitrag die Tafeln in Deutschland zur Ernährung von Tafelkund\*innen leisten.

## Methodik

Zur Beantwortung der subjektiven und objektiven Perspektive der Forschungsfrage wurde ein Mixed Methods Ansatz mit explanativem Design gewählt.



## Ergebnisse

Von 88 gültigen Antworten ist die Mehrheit der Tafelkund\*innen mit dem Lebensmittelangebot der Tafeln zufrieden (n=55) oder empfindet es als angemessen (n=33). Tafelkund\*innen, die „zufrieden“ angaben, gefallen die Vielfalt, das Obst und Gemüse sowie die Molkereiprodukte besonders gut. Befragten, die das Lebensmittelangebot als „angemessen“ empfinden, fehlen Lebensmittel wie Fleisch und Fisch, gefolgt von Molkereiprodukten sowie Obst und Gemüse.

### Was gefällt den Tafelkund\*innen besonders gut? (n=55)



Abb. 1: Allgemeine Aspekte, die den Tafelkund\*innen am Tafelangebot (%).

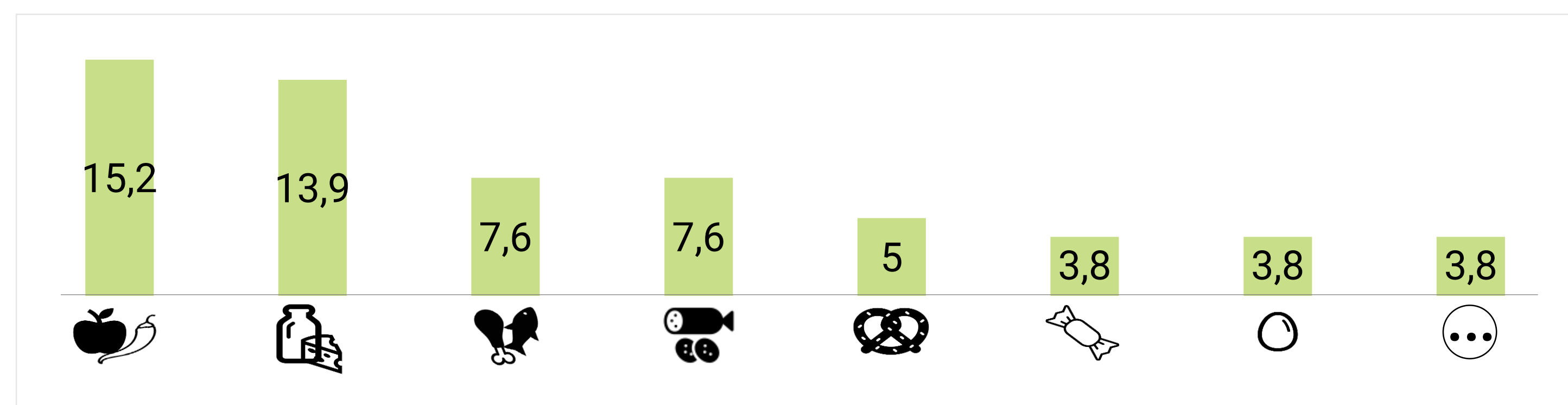


Abb. 2: Lebensmittel, die den Tafelkund\*innen am Tafelangebot gefallen (%).

### Was fehlt den Tafelkund\*innen? (n=33)

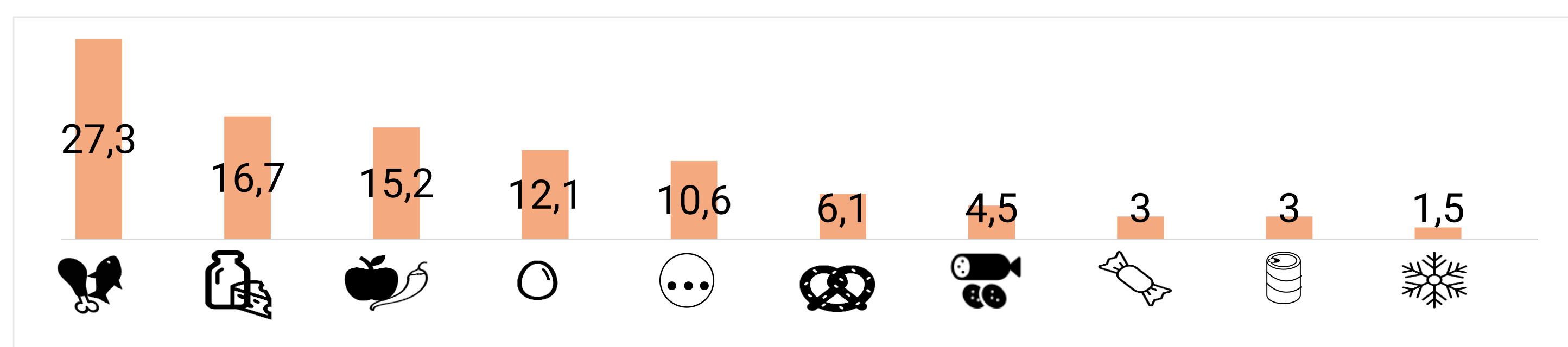
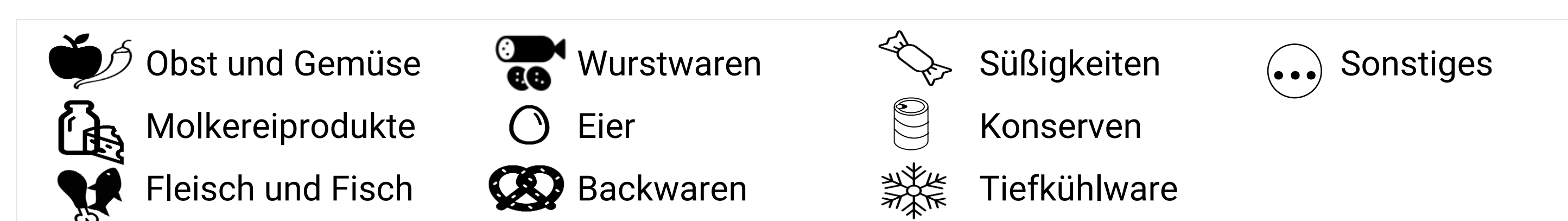


Abb. 3: Lebensmittel, die den Tafelkund\*innen am Tafelangebot fehlen (%).



### Wie ist die Nährstoffzusammensetzung der Lebensmittel?

Die Empfehlungen\* für Energie sowie Kohlenhydrate und Fett werden nicht erfüllt. Die Mikronährstoff- und Vitaminzufuhr ist überwiegend adäquat.

Tab. 1: Zusammensetzung der Energie und Hauptnährstoffe.

Energie und Hauptnährstoffe	DGE	O1	O2	O3	H1	H2	H3	H4
Energie (kcal)	2370	2320	1550	718	1460	1250	962	885
Kohlenhydrate (%)	> 50	33	29	70	39	41	44	45
Fett (%)	< 30	52	48	6,5	46	45	36	35
Eiweiß (%)	9,7	13	20	12	12	11	16	15

Tab. 2: Zusammensetzung der Mineralstoffe.

Mineralstoffe	DGE	O1	O2	O3	H1	H2	H3	H4
Natrium (g)	> 0,55	2,37	2,03	0,16	1,16	1,44	1,06	1,10
Kalium (g)	> 2	2,35	2,79	3,88	2,31	2,05	1,91	1,90
Calcium (g)	1	1,44	0,45	0,31	0,43	0,39	0,33	0,33
Magnesium (g)	0,35	0,30	0,19	0,22	0,17	0,16	0,14	0,14
Phosphor (g)	0,7	1,55	0,67	0,47	0,69	0,59	0,54	0,55
Eisen (mg)	10	10,90	9,14	7,79	7,08	6,14	6,75	6,65
Zink (mg)	10	11,20	7,33	2,89	5,82	4,41	4,19	4,20

Tab. 3: Zusammensetzung der Vitamine.

Vitamine	DGE	O1	O2	O3	H1	H2	H3	H4
Vitamin A (mg)	< 3	1,02	0,23	2,6	0,4	0,9	0,24	0,21
Vitamin D (µg)	20	31	22	11	21	11	11	42
Vitamin E (mg)	14	11,60	8,75	9,77	8,56	9,73	4,45	5,33
Vitamin K (µg)	70	61	57	125	105	62	138	133
Vitamin B1 (mg)	1,2	1,01	1,36	0,89	0,89	0,58	0,74	0,62
Vitamin B2 (mg)	1,4	1,51	0,94	0,89	0,75	0,71	0,70	0,67
Vitamin B6 (mg)	1,5	1,07	1,69	2,19	1,13	1,11	0,98	1,03
Vitamin B12 (µg)	3	3,5	3,3	0,0	1,7	1,3	1,6	2,3
Vitamin C (g)	0,11	0,10	0,24	0,52	0,15	0,17	0,17	0,17
Biotin (µg)	60	40,5	30,4	42,7	26,2	27,2	23,5	24,3
Folsäure (mg)	0,3	0,26	0,21	0,48	0,21	0,22	0,23	0,21

\*Empfehlungen für eine Referenzperson: männlich, 25-50 Jahre

## Diskussion

Aufgrund der kleinen Stichproben handelt es sich um keine repräsentativen Ergebnisse. Das Angebot der Tafeln ist sehr unterschiedlich, je nach Region, Infrastruktur und Vernetzung der Tafeln. Die Nährstoffberechnung bezieht sich auf eine Referenzperson, ohne dabei Unterschiede in der tatsächlichen Haushaltsgröße zu berücksichtigen.

## Fazit

Lebensmittel, die von den Tafeln an Bedürftige weitergegeben werden, sind aus Perspektive der Tafelkund\*innen und aus ernährungsphysiologischer Sicht positiv zu bewerten. Das Tafelangebot leistet einen wichtigen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung und kann die Fehlernährung in Deutschland reduzieren. Größer angelegte Erhebungen werden empfohlen.

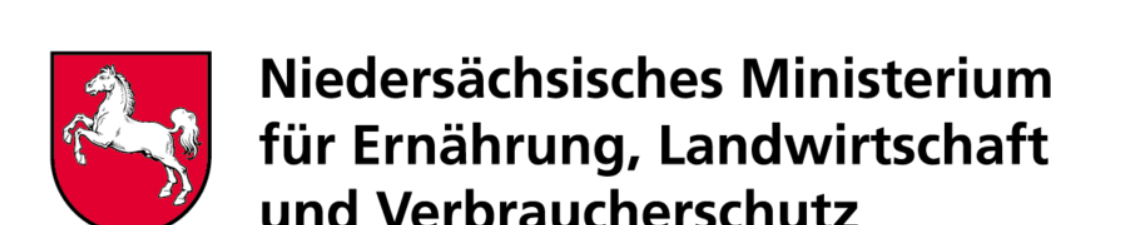
## Quellen

<sup>1</sup> WBAE (2023): Ernährungsarmut unter Pandemiebedingungen. Stellungnahme, Berlin.  
<sup>2</sup> WBAE (2020): Politik für eine nachhaltigere Ernährung Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten. Gutachten, Berlin.  
<sup>3</sup> Tafel Deutschland e. V. (2022): Hintergrundinformation über die Tafeln für Medienvertreter:innen. Berlin.  
<sup>4</sup> GOE (2023): <https://www.goe-software.de/optidiet-basic.html>

## Kontakt

Murielle Diekmann  
 ✉ [murielle.diekmann@hs-osnabrueck.de](mailto:murielle.diekmann@hs-osnabrueck.de)

Gefördert durch:



Ein besonderer Dank gilt Jessica Bohn und Katharina Overdick, deren Bachelorarbeiten die Grundlage für dieses Poster bilden.